02 00. 3

ISTITUTO NAZIONALE
PER L'INCREMENTO DELL'EDUCAZIONE
FISICA IN ITALIA

SOTTO L'ALTO PATRONATO DI S. M. IL RE

III. Riunione Annuale

TEMA III.

L'educazione fisica degli operai

Relatore Prof. Giuseppe Pezzarossa.

ROMA
1910

L'EDUCAZIONE FISICA DEGLI OPERAI

Chi non à seguito gli studi che si sono fatti, specialmente in Italia, intorno alle malattie così dette professionali; chi non s'interessa d'indagare i difetti organici e le speciali disposizioni a determinati morbi, che derivano appunto dall'esercizio delle arti e dei mestieri manuali, può pensare che la ginnastica sia inutile, anzi superflua per gli operai e che il lavoro dell'officina può ben sostituire la ginnastica igienica e educativa.

Anche quando sfuggisse, all'osservazione diretta di chi trovasi in mezzo a operai, l'influenza perniciosa delle arti manuali in genere e di alcune in ispecie sulla costituzione organica e sulla salute dei giovani operai, basterebbe consultare un qualsiasi trattato d'igiene per sincerarsene.

Il *Mantegazza* ne parla in tutti i suoi volumi d'igiene popolare: « Lo studio delle professioni » — egli dice — « è uno dei vasti problemi, nel quale l'igiene e le scienze sociali trovano a ogni passo, tesori infiniti di ricerche e di meditazioni ».

E ancora: « Una professione è un modificatore profondo della vita, e per essa or si condannano a riposo alcuni organi e or si stancano e si esauriscono altri; ora si risente per essi l'influsso di un lento avvelenamento, o, con maggior fortuna, si trova un rimedio al proprio male ».

Il ministro *Baccelli*, nella sua ultima gestione ministeriale, nominò una commissione di fisiologi e igienisti, con l'incarico di studiare le cause delle malattie che contraggono gli operai, per effetto del lavoro manuale, e proporre i rimedi suggeriti dalla scienza.

Ma molti anni prima del ministro *Baccelli*, e precisamente nel 1884, chi si occupò dell'importante argomento, con esperimenti di fatto e con assoluta competenza e dottrina fu il prof. *Ferdinando Abbondati* di Aversa, il quale poi consacrò i suoi studi sugli operai nella splendida opera, che à per titolo: « Il Lavoro Manuale e la Ginnastica compensativa ».

Insegnando ginnastica nel rinomato Istituto artistico provinciale di Aversa, dove più di 400 giovani convittori esercitano arti e mestieri diversi, l'Abbondati, dotato di singolare spirito di osservazione, si dedicò alla ricerca dei fenomeni fisico-morali, che dalla pratica del lavoro manuale e da altri agenti concomitanti derivano agli operai.

Egli notò che, fra le infinite cagioni del loro fisico deperimento, importantissima è quella che si rapporta agli atteggiamenti, alle pose e ai movimenti speciali richiesti

dalla varia natura del lavoro manuale per il fatto evidente che gli organi e gli apparati del corpo, variamente obbligati a lunghe contrazioni statiche o dinamiche, a compressione o a inerzia, funzionano quasi sempre in modo anormale. Questa verità trova riscontro nel fatto: e la schiena ricurva de l'agricoltore, le braccia erculee del fabbro ferraio, le gambe esili e il torace ristretto del calzolaio e del sarto, le deviazioni anormali in tanti altri operai, ne sono la prova.

Talchè si può dire che non v' à mestiere, il quale non lasci sul corpo dell'individuo che l'esercita un'impronta caratteristica, che ne modifica sensibilmente la struttura.

L'atteggiamento speciale richiesto da certi dati lavori, l'immobilità assoluta di alcune articolazioni, l'esagerata attività di alcune altre, oltre i danni che arrecano alla conformazione scheletrica e all'armonia dello sviluppo muscolare, non sempre permettono lo esatto compimento fisiologico delle interne funzioni.

Esercitando nella palestra ginnastica i suoi giovani operai, l'*Abbondati* notò che essi presentavano attitudini fisiche e disposizioni diverse, a seconda dell'arte e del mestiere cui erano adibiti. Notò nei sarti e nei calzolai una notevole debolezza degli arti inferiori e una suscettività all' affanno del respiro, che li faceva ripugnanti alla corsa e al salto; nei fabbri, in generale, un certo sviluppo degli arti superiori e del dorso, molto più pronunziato nel lato destro, che non era in armonia del torace e degli arti inferiori,

oltrechè una rigidezza nelle articolazioni che li disponeva male agli esercizi di agilità e di sveltezza; i tipografi, gl'intagliatori, gl'incisori, i tornitori, gl'intarsiatori, per tacere di tutti gli altri operai, deboli di torace e con inizio di deviazione alle vertebre.

Alcune arti manuali riescono, a lungo andare, addirittura deleterie per gli operai. Caratteristica nel genere è l'arte del tornitore per l'atteggiamento tipico richiesto dal lavoro il quale impegna direttamente la regione toracica. Per effetto della posizione cui l'operaio è obbligato, le costole del lato sinistro restano abbassate e compresse, in modo da togliere al polmone corrispondente la possibilità di dilatarsi.

Non è il caso di accennare alle conseguenze funeste che ne derivano; ma giova notare che questa condizione di fatto costituisce un serio contributo alle malattie polmonari e che, al pari del tornitore, moltissimi altri operai subiscono lo stesso danno e anche maggiore.

Da così fatte osservazioni sopra centinaia di giovani, riscontrate sempre invariabilmente per parecchi anni consecutivi, nacque nel prof. *Abbondati* l'idea originale di una ginnastica determinata per ciascun mestiere, la quale, ripristinando il giusto equilibrio fisiologico dopo il lavoro, mirasse a distruggere gli effetti perniciosi e a provocare lo sviluppo normale e armonico di tutte le parti del corpo.

Il criterio fondamentale cui l'*Abbondati* informa il suo metodo, apprezzato ovunque

e lodato da Accademie e Istituti scientifici, consiste nella legge di compensazione, onde il nome di *Ginnastica compensativa* a quella da lui studiata per gli operai.

La legge di compensazione si basa sul mutamento degli esercizi, e da questo mutamento le facoltà esercitate ricavano nuovi sussidi avvalorativi. Per la qual cosa il metodo suggerito da lui, prescrivendo esercizi antagonisti a quelli richiesti da un dato lavoro, lungi dal produrre stanchezza o dallo aumentare la fatica dell'operaio, come taluno potrebbe immaginare, gli apporta la calma e l'equilibrio desiderabili dopo le sostenute fatiche.

Vorrei riassumere qui tutti i giudizi di competenti e della stampa sulla ginnastica compensativa, ma, per brevità, mi limito a ripetere soltanto la dolorosa e fatidica osservazione della Commissione di fisiologi e di igienisti incaricati dalla Giuria della seconda Esposizione pedagogica italiana di riferire sull'opera dell'*Abbondati*. Essa dice: « Le opere originali e classiche non sono apprezzate nel loro valore nell'epoca in cui vengono a luce. E' un fatto costante, che si riproduce nelle varie sfere dello scibile umano. Esse aspettano il giudizio severo del tempo, che le consacra alla storia e le tramanda, nel loro splendore, alle più tarde generazioni ».

E è proprio così, e non è detto a caso che l'osservazione del relatore fu fatidica, quando proprio fra noi, da chi dirige l'educazione di giovani operai, s'ignorano gli studi che tanto onorano l'epoca nostra in fatto di

educazione fisica, e, lasciatemelo dire, tanto onorano la classe dei maestri di ginnastica, alla quale l'*Abbondati* appartiene.

Anch'io modestamente nel periodo (1870-77) in cui insegnai ginnastica nell'Ospizio provinciale « Garibaldi » di Lecce, ebbi a notare quanto con maggiore competenza osservò poi il prof. *Abbondati* nell'Istituto artistico di Aversa. E convinto dell'utilità di quanto egli suggerisce nell'opera citata, vado correggendo negli operai alla mia dipendenza i dannosi effetti degli atteggiamenti diversi che essi prendono nell'esercizio del loro mestiere, per il minor impiego di forze e di tempo, con la compensazione derivante da movimenti ginnici di opposizione alternati con quelli del proprio mestiere; e nelle mie lezioni teorico-pratiche di ginnastica nella R. Scuola normale di Bari, ò sempre parlato della ginnastica compensativa che fa parte del mio programma didattico.

Noi dobbiamo quindi concordemente volere che la teorica e la pratica della *Ginnastica compensativa* si diffondano su vasta scala, con l'insegnamento nelle scuole industriali, in quelle di arti e mestieri, e principalmente poi negl'istituti magistrali superiori di educazione fisica e nelle scuole normali, dove si plasmano i futuri educatori del popolo, per metterli in grado di diffondere i salutari principî della *ginnastica compensativa*, non solamente nelle scuole dei fanciulli, ma anche in quelle degli adulti, serali e festive, nelle società operaie e in tutti i sodalizi delle classi lavoratrici, convinti, come sia-

mo, che questa ginnastica potrà rendere segnalati servigi al miglioramento fisico-morale della popolazione operaia, che é quanto dire all'aumento della produzione e della moralità pubblica.

Parallelamente e a sussidio indispensabile dell'incolumità degli operai, a me pare più che opportuno, essenzialissimo l'insegnamento dei *primi soccorsi* nei casi d'infortuni, che dovrebbe procedere di conserva con quello della *ginnastica compensativa*, perchè gli operai sieno agguerriti contro i pericoli e i casi accidentali e fortuiti, cui sono frequentemente esposti nell'esercizio del lavoro.

Le contusioni, le distorsioni, le lussazioni, le scottature, senza parlare dei casi più gravi di fratture, di commozione, di asfissia, costituiscono, come è noto, un continuo pericolo comune a tutti coloro che adoperano strumenti di mestiere, che lavorano in condizioni peculiari abitualmente disagiate, e che sono addetti al governo o al funzionamento di macchine.

Ora saper portare un pronto soccorso, avveduto, intelligente, opportuno, praticare una fasciatura, frenare un'emorragia, riattivare la respirazione, improvvisare una barella prima dell'arrivo del medico, che d'ordinario giunge quando già il male si è aggravato, oltre che mitigare le sofferenze di un disgraziato, significa spesso risparmiargli una lunga degenza e anche salvargli la vita.

L'opportunità, l'importanza e, senza dubbio, l'umanità di quest'insegnamento è così evidente che non può sfuggire ad alcuno; e io mi risparmio d'aggiungere altre parole

Se non che debbo far rilevare, a complemento di quanto è riferito finora, che nell'insegnamento dei primi soccorsi io comprendo, e colloco al primo posto, quello del *nuoto*, dovunque sia possibile praticarlo.

Considerato sotto l'aspetto igienico e profilattico, considerato sotto l'aspetto di salvataggio, il nuoto è di un'importanza e di un valore eccezionale. Questo, che è il più salutare e il più efficace di tutti gli esercizi fisici, è, nello stesso tempo, un mezzo sicuro per infondere coraggio e mettere l'uomo in condizione di esercitare la più nobile virtù, quale è quella di salvare il proprio simile dal pericolo di morte.

Per molti operai e lavoratori è questa una pratica indispensabile; ma è, senza dubbio, un mezzo supremo d'igiene per tutti e singolarmente per la gioventù, perchè, mentre provvede alla nettezza del corpo, accoppia ai vantaggi tecnici del bagno quelli di un eccellente esercizio muscolare, l'unico esercizio, forse, capace di provocar vivo piacere, sollevare lo spirito fortificando la fibra, e perciò superiore a ogni altra forma di ginnastica.

Su queste verità, sperimentalmente riconosciute fin dalle civiltà più remote, e fisiologicamente dimostrate all'epoca nostra, tutti dovremo esser d'accordo. Sicchè io, in base a questo convincimento, mi onoro sottoporre all'approvazione il seguente

ORDINE DEL GIORNO:

« Udita la relazione intorno alla necessità assoluta di non trascurare l'educazione fisica negl'Istituti di arti e mestieri;

« convinto che il lavoro manuale non può considerarsi come un succedaneo della ginnastica igienica, perchè manca del carattere essenziale, che è la giusta distribuzione del lavoro, per ottenere l'armonia dello sviluppo e l'equilibrio delle funzioni;

« convinto che gli atteggiamenti, le pose e i movimenti localizzati, che si riferiscono alle arti manuali in genere, e a certi determinati mestieri in ispecie, finiscono per determinare delle asimmetrie scheletriche e muscolari o delle anormalità delle funzioni organiche, che possono predisporre a determinate malattie;

« considerando che la *Ginnastica compensativa* costituisce un vero rimedio profilattico per combattere i danni fisico-fisiologici derivanti dal mestiere e stabilire nell'operaio il giusto equilibrio fisiologico disturbato dal lavoro; si fanno voti:

« che non solamente negl'Istituti di arti e mestieri, ma negl'Istituti industriali, nelle officine e dovunque si eserciti il lavoro manuale dell'uomo, sieno conosciuti i principî e sia diffusa largamente la pratica della *Ginnastica compensativa;*

« che il Ministero della Pubblica Istruzione e quello di Agricoltura Industria e Commercio la introducano senza indugio nelle scuole operaie e negl'Istituti congeneri di loro dipendenza, e che formi parte dei programmi delle future riformate scuole normali di ginnastica educativa e delle RR. Scuole normali del Regno.

« Inoltre: considerando che la conoscenza

dei primi soccorsi nei casi d'infortunio costituisce una preziosa e provvida cognizione per tutti e segnatamente per le classi operaie; considerando che da tale conoscenza non deve essere escluso il nuoto, a scopo di salvataggio;

« considerando che nel nuoto si compendiano tutte le migliori prerogative di un esercizio eminentemente igienico e educativo; si fanno voti altresì:

« che l'insegnamento dei primi soccorsi e quello del nuoto si estendano a tutte le scuole sopra citate, e quello del nuoto, in particolare, a tutte le scuole primarie, secondarie e normali del Regno, dove se ne offra l'opportunità. »

Il Relatore
Prof. GIUSEPPE PEZZAROSSA.

1220205 P